

佐世保市内 支え合い活動 レポート♪

活動名	大加勢いきいきサロン		
地域名	大加勢地区	参加者数	16名
住所	〒859-6204 佐世保市鹿町町下歌ヶ浦963-1		
活動内容	毎月第4火曜日（時間）11:30～14:00 活動（百歳体操・食事会・レクレーション・講話）		

＜これまでの取り組み＞

年	活動経過
昭和62年	地域交流として人形制作・交通安全のお守りの袋づくりを始める。その後高齢者の食事会や居場所作りとしてサロンを開設。
平成18年	介護保険・認知症予防チェックリストを用いて社協職員の協力の元活動を行った。又、レクレーション・講話・花見等を実施し地域との交流を図る。
平成30年	介護予防のために百歳体操を導入し7月から開始。週に1回16名が参加し筋力とバランス能力を高めている。

＜ポイント＞

サロンに参加することで、地域の仲間との交流や居場所作りへと繋がり、定期的に家から出ることによって閉じこもり防止や介護予防になっている。独居老人が多い為、食事会を行い楽しい時間を過ごされている。

＜良かったこと＞

活動内容の充実を図る為に、警察署（交通課・生活安全課）より交通安全・詐欺被害等啓発をして頂き、被害の防止に役立っているとの事。

＜これからの展望＞

地域で元気にくらしていくために、「誰でも」「楽しく」集まれるサロンとして今後も継続していきたい。

＜活動風景＞

いつも美味しい食事ありがとう



毎回楽しく頑張ってます

